

Inhalt

- 1 Die Liebe zum Wandern
- 5 Die Ursprünge des Wanderns
- 14 Die verschiedenen Arten des Gehens:
 Nomadentum – Pilgern –
 Spaziergehen – Flanieren
- 37 Wandern und Psyche: Zu Fuß zu sich selbst
- 49 Lifestyle-Hobby Wandern: Zwischen
 Trend und Kommerz
- 56 Der Mensch liebt die Natur – die Natur
 aber nicht immer den Menschen
- 66 Wandern in anderen Kulturen
- 78 Wandern in der Literatur
- 88 Einfach loslaufen – aber wie?
- 100 Auf dem Weg

Im Anhang Lektüretipps